

Menù Mensa Scolastica - Comune di Santi Cosma e Damiano

A.S. 2025/2026

LUNEDÌ

MARTEDÌ

MERCOLEDÌ

GIOVEDÌ

VENERDÌ

1° SETTIMANA

PRIMO PIATTO:
Risotto alla milanese, oppure riso al pomodoro;
SECONDO PIATTO:
Petto di pollo al latte, oppure olio e limone;
CONTORNO:
Insalata lattuga, oppure bietoline stufate;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PRIMO PIATTO:
Orzo con crema di fagioli, oppure pasta al pesto;
SECONDO PIATTO:
Frittata di uova con spinaci, oppure con broccoli;
CONTORNO:
Insalata di fagiolini finissimi, oppure di pomodori;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PRIMO PIATTO:
Pasta al pomodoro;
SECONDO PIATTO:
Formaggio fresco, oppure parmigiano reggiano;
CONTORNO:
Insalata di carote crude o cotte, oppure zucchine trifolate;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PRIMO PIATTO:
Pasta con crema di zucca, oppure orzo con crema di piselli;
SECONDO PIATTO:
Spezzatino/fettina di vitello alla pizzaiola, oppure bresaola o prosciutto cotto magro;
CONTORNO:
Finocchi saltati in padella, oppure pomodori all'insalata;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PRIMO PIATTO:
Pasta e patate;
SECONDO PIATTO:
Merluzzo al pomodoro, oppure merluzzo olio e limone;
CONTORNO:
Insalata di spinaci freschi, oppure carciofi stufati;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE O YOGURT ALLA FRUTTA

2° SETTIMANA

PRIMO PIATTO:
Pasta con crema di zucchine, oppure riso olio e parmigiano;
SECONDO PIATTO:
Arista di maiale al forno, oppure tonno al naturale o all'olio d'oliva;
CONTORNO:
Insalata di bietoline, oppure insalata di lattuga;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PRIMO PIATTO:
Orzo con crema di ceci, oppure pasta al pomodoro;
SECONDO PIATTO:
Frittata di zucchine oppure spinaci;
CONTORNO:
Carote alla julienne, oppure insalata di broccoli;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PRIMO PIATTO:
Pasta al pesto, oppure pasta o orzo con crema di zucca;
SECONDO PIATTO:
Formaggio fresco, oppure parmigiano reggiano;
CONTORNO:
Insalata di pomodori, oppure mais;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PRIMO PIATTO:
Pasta con crema di cavolfiori, oppure pasta al pomodoro;
SECONDO PIATTO:
Polpette al forno;
CONTORNO:
Melanzane stufate, oppure insalata di lattuga;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PRIMO PIATTO:
Orzo con crema di lenticchie, oppure gateau di patate;
SECONDO PIATTO:
Bocconcini di merluzzo impanati al forno, oppure platessa impanata/gratinata al forno;
CONTORNO:
Insalata di carote crude o cotte;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE O YOGURT ALLA FRUTTA

3° SETTIMANA

PRIMO PIATTO:
Ravioli con ricotta e spinaci al pomodoro, oppure riso o orzo con crema di piselli;
SECONDO PIATTO:
Bocconcini di vitello alla pizzaiola/in umido;
CONTORNO:
Insalata di bietoline, oppure di lattuga;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PRIMO PIATTO:
Pasta al pomodoro, oppure pasta con crema di broccoli o crema di carciofi;
SECONDO PIATTO:
Frittata di uova e spinaci o ricotta;
CONTORNO:
Insalata di carote crude o cotte, oppure insalata di pomodori;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PRIMO PIATTO:
Passato di verdure con crostini di pane, oppure pasta con crema di zucchine;
SECONDO PIATTO:
Bocconcini di pollo in umido, oppure merluzzo impanato al forno;
CONTORNO:
Pure di patate, oppure insalata di patate;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PRIMO PIATTO:
Pasta pomodoro e tonno, oppure orzo con crema di lenticchie;
SECONDO PIATTO:
Polpette al pomodoro;
CONTORNO:
Carciofi stufati, oppure finocchi saltati in padella;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PRIMO PIATTO:
Pizza al pomodoro, oppure riso con crema di spinaci;
SECONDO PIATTO:
Platessa al pomodoro, oppure olio e limone, oppure impanata al forno;
CONTORNO:
Insalata di lattuga, oppure di pomodori;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE O YOGURT ALLA FRUTTA

4° SETTIMANA

PRIMO PIATTO:
Pasta con salsa bolognese, oppure pasta olio e parmigiano;
SECONDO PIATTO:
Formaggio fresco, oppure parmigiano reggiano;
CONTORNO:
Fagiolini finissimi all'insalata, oppure zucca gratinata al forno o grigliata;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PRIMO PIATTO:
Pasta con crema di ceci, oppure riso al pomodoro;
SECONDO PIATTO:
Frittata al forno;
CONTORNO:
Insalata di broccoli, oppure di pomodori;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PRIMO PIATTO:
Pasta al pomodoro, oppure pasta olio e parmigiano;
SECONDO PIATTO:
Polpette al pomodoro o al forno, oppure tonno al naturale o all'olio di oliva;
CONTORNO:
Insalata lattuga, oppure di bietoline;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PRIMO PIATTO:
Tortellini al pomodoro, oppure pasta al pesto;
SECONDO PIATTO:
Salsiccia di pollo e tacchino a grana fine al forno, oppure bresaola o prosciutto cotto magro;
CONTORNO:
Insalata di lattuga, oppure spinaci burro e parmigiano;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PRIMO PIATTO:
Pasta o orzo con crema di carciofi, oppure pasta e patate;
SECONDO PIATTO:
Cuori di merluzzo o platessa al pomodoro, oppure merluzzo impanato al forno;
CONTORNO:
Insalata di carote crude o cotte;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE O YOGURT ALLA FRUTTA

5° SETTIMANA

PRIMO PIATTO:
Pasta o riso al pomodoro, oppure risotto alla milanese;
SECONDO PIATTO:
Polpette in umido con limone o succo di arancia;
CONTORNO:
Insalata di lattuga, oppure di pomodori;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PRIMO PIATTO:
Pasta olio e parmigiano, oppure pasta al pesto;
SECONDO PIATTO:
Spezzatino di petto di tacchino, oppure platessa al pomodoro o olio e limone;
CONTORNO:
Bietoline stufate, oppure insalata mista di bietoline e carote;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PRIMO PIATTO:
Orzo con crema di ceci, oppure gateau di patate;
SECONDO PIATTO:
Scaloppina di manzo al latte, oppure olio e limone;
CONTORNO:
Bietoline stufate, oppure insalata mista di bietoline e carote;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PRIMO PIATTO:
Pasta con salsa bolognese, oppure pasta al pomodoro e tonno;
SECONDO PIATTO:
Frittata di uova con ricotta, oppure con broccoli;
CONTORNO:
Insalata di lattuga, oppure mais e carote lesse;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE

PRIMO PIATTO:
Riso integrale con crema di lenticchie, oppure pizza al pomodoro;
SECONDO PIATTO:
Bastoncini di merluzzo impanati al forno, oppure merluzzo al pomodoro;
CONTORNO:
Spinaci olio e parmigiano, oppure insalata di spinaci freschi;
PANE E FRUTTA FRESCA DI STAGIONE O YOGURT ALLA FRUTTA